7.024 Bravčové stehno s pečeňou na smotane
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
bravčové stehno	5,00	5,00	6,00	6,00	7,00	7,00	8,00	8,00
kuracia pečeň	1,00	0,95	1,20	1,14	1,50	1,42	1,50	1,42
olej	0,30	0,30	0,50	0,50	0,70	0,70	0,90	0,90
cibuľa	1,30	1,10	1,50	1,27	2,00	1,70	2,00	1,70
múka hladká	0,25	0,25	0,35	0,35	0,40	0,40	0,50	0,50
rajčiakový pretlak	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,20	0,20
smotana	1,00	1,00	1,50	1,50	2,00	2,00	2,00	2,00
soľ	0,07	0,07	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20
mlieko	1,50	1,50	2,00	2,00	2,50	2,50	3,00	3,00
paprika červená mletá	0,03	0,03	0,05	0,05	0,05	0,05	0,10	0,10
bobkový list	0,01	0,01	0,01	0,01	0,02	0,02	0,02	0,02
hmotnosť porcie v g	90		115		133		164	
hmotnosť mäsa v g	36		42		48		54	
hmotnosť šťavy v g	54		73		85		110	

Výrobný postup

Mäso umyjeme vcelku pod tečúcou vodou, osušíme, nakrájame na rezance. Na oleji speníme očistenú, pokrájanú cibuľu, pridáme rajčiakový pretlak, červenú mletú papriku, pokrájané mäso, soľ, bobkový list, zalejeme vodou a dusíme. K polomäkkému mäsu pridáme umytú, odblanenú, na rezance pokrájanú pečeň a dusíme do mäkka. Múku opražíme nasucho, rozriedime s mliekom, smotanou a pridáme k mäsu. Povaríme ešte 20 minút.
Prílohy: dusená ryža, cestoviny, knedľa.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A	654	157	10,43	11,0	1,8	3,7	0,7	19,3	1,6	0,031	0,2	0,1	12,1	4,0

B	849	204	12,44	14,4	3,1	5,6	0,9	25,3	1,9	0,037	0,3	0,1	15,2	4,7
C	1018	244	14,21	17,8	4,3	6,4	1,2	32,3	2,5	0,047	0,3	0,2	20,1	5,4
D	1172	281	16,17	20,2	4,9	8,1	1,5	39,7	3,2	0,062	0,4	0,2	25,4	6,2